



УСЛОВИЯ ОТКРЫТОГО КУБКА СТК “АЛТАИР”



в рамках 76-го Первенства по образовательному туризму.

“ЭСТАФЕТА”, «Личный формат», «Личный формат lite» «ЭСТАФЕТА»

Состав команды - 4 человека.

Каждый участник проходит один этап.

Первый участник начинает движение по команде “СТАРТ”.

Последующие участники начинают движение после передачи эстафеты от предыдущего участника. Передача эстафеты осуществляется с помощью прикосновения ладонью следующего участника.

Во время выполнения этапов с использованием страховки **ЗАПРЕЩЕНО** нагружать судейскую страховку, при нагрузке судейской страховки участнику необходимо повторить этап сначала.

Время команды начинается с момента старта и останавливается по завершению 5 этапа.

СТАРТ

1 этап: Подъем по туристским зацепам - спуск по судейским перилам. Гирлянда карабинов.

В верхней точки этапа необходимо организовать самостраховку коротким усом. Гирлянду (5 шт.) карабинов необходимо поочерёдно перевесить с одной петли на другую)

2 этап: Подъем по судейским перил с помощью жумара - спуск по организованным участником перилам (по п.7.6. Правил вида спорта СТ)

Во время подъёма по перилам разрешено использование зацепов ногами. В верхней точки этапа необходимо организовать самостраховку коротким усом ИСС.

3 этап: ОФП+сюрприз. Участник выполняет 30 повторений подъем туловища из положения лежа, далее переходит на скакалку и прыгает 30 раз, далее этап сюрприз.

Упражнение подъём туловища из положения лежа выполняется согласно правил сдачи норм ГТО. На скалке считается количество полных оборотов скакалки вокруг участника.

4 этап (участник 8-10 лет): Скалодром. Участник поднимается по скалолазным зацепам по скалодрому до обозначенной точки, далее спускается на судейской страховке.

5 этап (выполняется всей командой): Участникам одновременно необходимо взять веревку в руку (перехватываться запрещено). Далее

завязать узел “проводник восьмёрка”. Этап считается завершенным, когда судья фиксирует верный рисунок узла. Для прохождения этапа используется командная веревка со 2 этапа.

ФИНИШ

ЛИЧНЫЙ ФОРМАТ **(спортсмены 7-9 лет)**

СТАРТ

1 этап: Подъем по скальнику, спуск по перилам *(необходимо организовать самостраховку в верхней точке скальника)*.

2 этап: Гирлянда карабинов *(перевесить карабины с одной петли на другую)*.

3 этап: Скалодром *(подняться по скалодрому до контрольной линии и спуститься на судейской страховке)*.

4 этап: Змейка с мячом *(преодолеть змейку с мячом, мяч нельзя отрывать от земли)*.

ФИНИШ

ЛИЧНЫЙ ФОРМАТ lite **(спортсмены 7-9 лет, начальный уровень)**

СТАРТ

1 этап: Подъем по скальнику до контрольной точки, спуск на судейской страховке.

2 этап: Гирлянда карабинов *(перевесить карабины с одной петли на другую)*.

3 этап: Скалодром *(подняться по скалодрому до контрольной линии спуститься на судейской страховке)*.

4 этап: Змейка с мячом *(преодолеть змейку с мячом, мяч нельзя отрывать от земли)*.

ФИНИШ